VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

М.Репина, И.Карпенкова

ИГРЫ В ИППОТЕРАПИИ

Издание 2ое, доработанное

«Наш Солнечный Мир»
Москва
2011

НАЦИОНАЛЬНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ
И ИНВАЛИДНОГО КОННОГО СПОРТА

Учреждение «ЦЕНТР РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ ДЕТСТВА
«НАШ СОЛНЕЧНЫЙ МИР»

М.Репина, инструктор по ЛВЕ учреждения «Наш Солнечный Мир», психолог

И.Карпенкова, к.с.н., инструктор по ЛВЕ учреждения «Наш Солнечный Мир», психолог

Научное редактирование: к. м. н. Н. С. Роберт

Игры в иппотерапии И.Крапенкова, М.Репина. *Методическое пособие, 2ое издание, доработанное* – М.: НФ ЛВЕ и ИКС, «Наш Солнечный Мир», 2011

С Репина М., Карпенкова И., 2011
С У «Наш Солнечный Мир»

Содержание

Иппотерапия – уникальный метод реабилитации

Игра или упражнение?

Принципы подготовки и проведения игр

Игры с элементами фольклорных игр

Игры на освоение пространства

Игры и упражнения с использованием предметов (игрушек)

Рекомендации по проведению групповых игр и их описание

Применение компьютерных программ конной тематики для развития детей с особенностями развития, посещающих занятия иппотерапией

Заключение

Приложение 1

Приложение 2

Иппотерапия – уникальный метод реабилитации

Обычно и привычно, что врач, педагог и психолог, проводя оздоровительные или коррекционные занятия с ребенком или взрослым, используют различные приемы, техники, дидактические материалы. ***Лечебная верховая езда*** принципиально отличается от других методов, и в этом суть ее оригинальности и уникальности. Сама лошадь, живая, большая, имеющая свой характер, свое мнение, свои желания, наконец, может заменить медиков, психологов, воспитателей... Может стать другом пациенту, «вывезти» его в этот мир, такой другой... Лошадь может «заменить» ноги, глаза. Лошадь добавляет жизни новые повороты, новые краски.... Она становится посредником в общении между пациентом и инструктором, что особенно важно для пациентов с эмоциональными и коммуникативными нарушениями.

Лошадь сама по себе является уникальным биотренажером. Движения лошади по многим своим характеристикам идентичны ритму ходьбы человека. Шаг или рысь лошади с поразительной точностью имитируют ходьбу и бег человека. Передавая импульсы своих движений, лошадь «задает темп» работы организму всадника. На это реагируют все системы организма: мышечная, нервная, сердечно-сосудистая.

В занятиях лечебной верховой ездой (далее ЛВЕ), как правило, задействованы следующие участники: пациент, инструктор, коновод и лошадь. Очень часто привлекается еще один человек – помощник инструктора (ассистент). Это бывает необходимо, когда пациент неуверенно сидит на лошади, или вообще не может сидеть без поддержки. Помощник помогает во время использования различных предметов (мячи, обручи, кегли... любое оборудование, необходимое для достижения намеченных целей).

ЛВЕ обеспечивает ребенку возможность тесного телесного контакта с живым существом и получения ощущений, подобных тем, которые в раннем детстве давало малышу прикосновение близкого взрослого человека. Такая экскурсия в свое прошлое позволяет пережить многое из того, что ощущает малыш при обычном естественном развитии и чего, как правило, лишен ребенок с нарушением развития.

ЛВЕ гармонично сочетает в себе физический, психический, эмоциональный и социальный аспекты реабилитационного процесса.

Игра или упражнение?

В иппотерапии, как и в любом занятии с ребенком, используются различные приемы, которые мы называем то игровой ситуацией, то упражнением. В силу того, что теоретическими и научными изысканиями в педагогике я занималась очень давно, я решила все же разобраться, в чем же разница между такими понятиями, как «игра» и «упражнение». Мне показалось это важным, так как в работе с детьми с особенностями развития многие упражнения приходится «переводить» в игровую форму. В этом случае ребенок более охотно выполняет их. Я не претендую на истинность высказанных мною соображений, но в своей иппотерапевтической практике руководствуюсь именно этими идеями.

Но сначала о том, что я узнала из научных публикаций психологов и педагогов, с моими комментариями.

Игровая ситуация предполагает свободу входа и выхода из нее. Это значит, что ребенок может по своей воле откликнуться на предлагаемую игру. Длительность игры должна зависеть от обоюдного желания ребенка и инструктора.

Важно, чтобы ребенок и педагог получали удовольствие от игры. Взрослый сначала заражает ребенка своей эмоцией, потом поддерживает его положительную эмоцию. В таком случае ребенок обязательно запомнит это состояние и захочет вернуться к игре. В работе с детьми с особенностями развития эмоциональный контекст общения важен как никогда. Очень многие дети «считывают» эмоцию взрослого. Поэтому инструктору важно уметь «быть ребенком», демонстрируя юному всаднику соответствующие игровой ситуации эмоции. Причем степень выражения эмоций должна быть также выверена (для одних детей – это, например, громкое восхищение, удивление, восторг, для – других – мягкое, спокойное дозирование эмоций).

В игре возможны любые превращения (педагог использует предметы - заместители реальных объектов). На занятиях иппотерапией мы используем колечки. Они превращаются в

руль машины, серьги для ушек лошади, шапочку, которую можно одеть на голову. Во время физзарядки руки ребенка «превращаются» в крылья самолета или крылья птички.

Все участники принимают определенные правила игры. Замечено, что на групповых занятиях дети с большим желанием подчиняются правилам, нежели во время индивидуальных занятиий. Я думаю, это связано с тем, что дети в группе склонны ориентироваться друг на друга, и тот ребенок, который с большим желанием выполняет команды инструктора, служит примером ребенку, которому это делать еще сложно.

Упражнения могут быть составной частью игровой ситуации. При этом счет при выполнении упражнения может выполняться с разной интонацией, помогая ребенку выполнять их, когда он уже устал.

Некоторые дети не любят слово «упражнение». Но когда ребенку говоришь, хорошо, тогда будем играть, он с удовольствием выполняет все, что вы ему предлагаете. При этом слово «игра» можно повторять при каждой смене упражнения: «Теперь играем так…».

Но некоторые подростки, наоборот, не любят слово «игра», они стремятся быть взрослыми, и для них я использую слова «упражнения», хотя они могут иметь и признаки игры.

Что помогает включить ребенка в игру:

1. Прикосновения, похлопывания по телу ребенка и голосовое сопровождение.
2. Ритм игры (хлопание в ладоши, кидание мяча, движения лошади - шаг-рысь), счет, песенка.
3. Зрительный контакт. Очень важно ловить взгляд ребенка и выражением своего лица посылать ему соответствующую эмоцию. Очень хорошо зарекомендовала себя игра «Ку-ку». Выполняется из положения всадника на животе поперек лошади. Инструктор помогает ребенку подняться вверх, прогнувшись в спине. И тогда глаза ребенка оказываются на одном уровне с глазами инструктора. Помощник в это время придерживает ноги ребенка и следит за положением его тела на спине лошади.

Упражнения, как методический прием, имеют следующие особенности:

1. Упражнения представляют собой одинаковую, точную последовательность действий. Они должны выполняться «правильно». И к этому необходимо стремиться. Упражнения объединяются в комплекс, направленный на развитие какого-либо умения. Или на развитие мышц.
2. При выполнении упражнения ребенку не требуется (либо требуется лишь небольшая) яркая эмоциональная поддержка. Вполне достаточно словесное одобрение «Молодец!» или дружеское похлопывание (по спине, ноге или плечу). Для выполнения упражнения у ребенка должна быть сформирована своя собственная потребность в его выполнении. Если этого нет, ребенок нередко сопротивляется упражнению, плачет.
3. Охотное выполнение ребенком упражнения является показателем более высокого уровня психологической зрелости.

Переход от игровой ситуации к упражнениям должен проходить незаметно. Если ребенок утомляется от выполнения упражнения, но в игровой ситуации справляется с заданием полностью, инструктор должен быть готов в любой момент перейти снова к игровому стилю.

Что помогает в движении от игры к упражнениям:

1. Встраивание в "поле" ребенка – если, например, кидает мяч не в руки инструктору, а в сторону - бежим за мячом, оттуда ловим взгляд ребенка, стараемся все же поймать мяч, хвалим ребенка, что он все-таки кинул так, что мяч удалось поймать. Повторение звуков, которые издает ребенок. Если ребенок плачет - мелодично его же звук повторяем, постепенно понижая голос и сводя его «на нет», говорим утешительные и подбадривающие слова.
2. Игры с мячом (ты мне я тебе): «Кидай!» И хлопаем в ладоши, показываем сами на себя руками: «Мне!»
3. Постепенная замена игровой ситуации упражнением. Сначала игра выполняется со всеми элементами. Затем только с одним, дойти до него нужно, выполнив упражнение. Например, ребенок любит сбивать мячом кеглю. При этом не хочет учиться управлять лошадью. Чтобы доехать до кегли, которую он сможет сбить мячом, ребенку требуется проехать мимо стоек серпантином. В это время ему предлагается управление лошадью. На первых этапах кеглей много. Со временем их становится меньше, акцент делается на управлении и стремление лишь к одной цели – одной кегле.
4. Введение ребенка в группу, где другие уже действуют по правилам. Упражнения делаются то по очереди (включение в среду), то одновременно (копирование, подражание).

И последнее, о чем хотелось бы сказать. Несмотря на то, что, становясь взрослым, человек играет крайне редко, в нем все равно «живет» ребенок. Поэтому нам так нравятся игры, в которые самозабвенно играют с нами реклама и телевидение. И великий Шекспир, который написал, что вся наша жизнь – игра, в общем-то, во многом был прав. Поэтому, любое упражнение становится гораздо интереснее выполнять, когда оно предъявляется в игровой форме. Играйте сами и добьетесь большего!

Принципы подготовки и проведения игр

Игры и *упражнения в игровой форме* позволяют сделать занятия максимально эффективными, полезными для всадников, поскольку эмоциональная составляющая мотивации наиболее важная, особенно в детском возрасте. Лошадь пациенту всегда подбирается, исходя из его личностных особенностей, учитывая две составляющие: физиологическую и психическую. Под первой подразумевается рост, вес, возраст, диагноз, режим дня. Под второй – темперамент, характер, чувства, предпочтения... От правильно подобранной лошади во многом зависит результат реабилитационного процесса.

Существуют принципы, которыми необходимо руководствоваться в процессе занятий ЛВЕ. Эти принципы кажутся не сложными, но знакомство с ними важно.

Не навреди. Этот принцип универсален для любой деятельности, предполагающей работу с людьми, и, тем более, с использованием для этой работы животных. Особенно таких крупных как, например, лошади.

Специалистами Учреждения «Наш Солнечный Мир» разработаны «Правила техники безопасности» (приложение 1), которые полезно проштудировать прежде, чем начать работать в этой области. Однако, даже они не всегда могут учесть все возможные ситуации, все опасные моменты, поэтому ***ВСЕГДА*** нужно руководствоваться здравым смыслом и объективной оценкой ситуации. Приступая к занятию, планируя выполнять то или иное упражнение надо учитывать ***ЛЮБЫЕ*** возможные неожиданности, которые могут возникнуть.

Если риск возникновения опасной ситуации очень велик, то лучше не проводить это упражнение сейчас, а отложить на другое время – через минуту, десять или вообще в другой день. Например: Вы хотите предложить всаднику сложное упражнение. Но внезапно пошел дождь. Он громко барабанит по жестяному покрытию манежа, в котором проходит занятие, и нервирует лошадь. Лучше отложите выполнение уражнения. Помните – важны положительные эмоции от выполненного упражнения, а страхи, вызванные беспокойством лошади совсем не нужны, даже если физической опасности (падения с лошади) нет. Страх потери равновесия, страх неудачи очень часто бывают более значимы для всадника и имеют далеко идущие последствия.

Если Вы собираетесь провести занятие на свежем воздухе, а на улице гололед, или дождь, или сильный ветер, то лучше воздержаться от выхода из манежа. Следует также учитывать совершенно непредсказуемые случаи, которые нельзя предусмотреть: уборочный трактор, мотоцикл, выбежавшая из кустов собака и т.д. Всегда надо быть начеку, не растеряться и вовремя принять меры, чтобы не пострадало занятие и пациент. Например: Вы ведете занятие и вдруг слышите непонятный звук. Лошадь его тоже слышит и начинает беспокоиться. Вместо того, чтобы быстро снимать всадника с лошади, не объясняя ему, что происходит, можно сказать, например: «Быстро, на счет «три» все спрыгивай с лошади! Я тебя поддержу. Раз... Два... Три... Ура!!! Получилось? Молодец!!!». Если Вы убедились, что нестандартная ситуация миновала, то можно продолжать занятие... Если всё же пришлось снять всадника с лошади неожиданно для

него, спокойным голосом объясните ему, что произошло, сделав акцент не на опасности, а на правильных действиях в случае опасности.

Резюмируя эту главу, хотим сказать, что причины опасных ситуаций могут быть совершенно разными, абсолютно любыми... Если Вы чувствуете, что Вашей идее, пусть даже очень замечательной с точки зрения реабилитационного процесса и развивающего эффекта, что-то мешает, то лучше реализовать ее в другой раз или преобразовать с учетом ситуации.

Определи свою цель. Этот принцип тесно связан с предыдущим. Вы собираетесь предложить всаднику то или иное упражнение. Спросите себя: чего Вы от этого упражнения ожидаете? Какова его цель? В этом ключе полезно было бы оценить, добьетесь ли Вы ожидаемого результата с помощью этой игры? Особенно в данной конкретной ситуации? Вопросов много? Вот конкретный пример: мы выехали с детьми на улицу. Происходящее на улице, как правило, привлекает внимание всадников больше, чем замкнутое пространство манежа. И если Вы решили играть в игры на внимание, то рискуете добиться очень низкого эффекта, а то и отрицательного результата – дети будут отвлекаться на то, что происходит вокруг. Другое дело, если Вы отработали эти игры на внимание в манеже и хотите усложнить задачу, повысить уровень сложности. Тут главное – убедиться, что дети к этому готовы.

Проведение занятий ЛВЕ в любом случае потребует от Вас поведенческой гибкости в быстро меняющихся условиях – ведь каждый участник занятия (ребенок, лошадь, коновод, инструктор, помощник инструктора) имеет собственное мнение, свой взгляд на ситуацию. И все это в постоянно меняющихся условиях окружающей среды. А еще есть родители ребенка..., и внезапно выпорхнувшая невесть откуда птичка или выскочившая кошка... И все это одновременно. Очень важно уметь быстро сориентироваться и добыть из любой ситуации максимум пользы и минимум вреда.

Не перегрузи подопечного. При планировании занятия очень важно (необходимо) учитывать, что едущий на лошади ребенок сильно занят: ***он едет на лошади!!!*** Это не шутка: все его тело удерживает равновесие, все системы активизированы ритмом, который задает лошадь, мозг занят тем, что перерабатывает информацию от сенсорных систем (зрительное, слуховое, тактильное, обонятельное восприятие ситуации). У многих детей на это уходит большая часть сил и энергии. Поэтому, давая то или иное упражнение, учитывайте, что всаднику не так-то просто будет его выполнить. Также ему еще нужно время осмыслить упражнение. Далеко не каждый может сразу «включиться» в процесс выполнения задания, в его суть и смысл. Поэтому не игнорируйте пассивные действия (когда Вы делаете упражнение за всадника его руками или ногами), не пугайтесь их – со временем они преобразуются в активные (когда всадник делает их самостоятельно). Не бегите вперед развития ребенка, не расстраивайтесь, что результата нет прямо сейчас. Всем нужно время, чтобы что-то понять, осознать, а после применить на практике. Бывает, что сама посадка на лошадь является для всадника основным моментом занятия. Так, один из наших пациентов учился садиться на лошадь около двух месяцев!!! Ему было трудно, в силу того, что в момент посадки нужно собраться и активно оттолкнуть себя от земли, как бы «выслать» себя вверх, на лошадь. Темперамент у юноши был таков, что ему просто не хватало решимости для одного единственного движения.

Группа – маленькая модель социума. На занятиях в группе должны четко фиксироваться моменты приветствия (в начале занятия), прощания (в конце занятия) и осознания, осмысления элементов занятия, для чего совершаются те или иные действия. Полезно также делать акценты на принятых в данном обществе (социальной группе) нормах и правилах поведения людей. Градация всегда идет по полу (группа девочек или группа мальчиков), по возрасту (группа детей или группа подростков), по интересам, по религии (для многих это очень важно), по личным предпочтениям (Петя не дружит с Васей). Подбирая участников группы, думайте о том, чтобы им было комфортно и интересно заниматься вместе.

Игры с элементами фольклорных игр

С давних времен до нас дошли различные народные игры. Любые фольклорные (народные) игры основаны на этапах онтогенеза, т.е. для детей – одни, для подростков – другие, для взрослых – третьи, и т.д. Все они основаны на ритмичных языковых элементах речи, ее оборотах, региональных особенностях. Мы в своей работе как носители языка опираемся на русский фольклор.

Скороговорки, стихи, приговоры, заклички, пестушки, потешки и т.д. – все эти и многие другие формы русского разговорного фольклора успешно использовались для реабилитации детей с ОВЗ.

Игры, основанные на ритме, звукосочетании, разголосках и звуко-ритмических рисунках в сочетании с действием (притопы, прихлопы) дают богатейшие возможности для психо-речевого и сенсомоторного развития. Их ритм и шутливое содержание завораживают, заставляют невольно включаться в процесс любого ребенка.

Накопленный нами опыт позволяет сделать вывод о возможности использования элементов фольклорных игр на занятиях ЛВЕ. Многим детям знакомы «ЛАДУШКИ», различные варианты хороводных игр, пестушки, потешки. У ребенка, оказавшегося впервые на лошади, знакомые игры помогают снять страхи, связанные с незнакомой ситуацией (сам факт езды на лошади). Это очень облегчает период адаптации к занятиям ЛВЕ. Важно отметить, что все эти приговорки ритмически совпадают с шагом или бегом (рысью) лошади, что немаловажно для момента адаптации, вживания в незнакомую ситуацию.

Есть еще один важный момент. Ребенок играет в знакомые игры, выполняет те же действия, находясь не на земле, а на лошади. Лошадь движется в разных направлениях, с разной скоростью, добавляя тем самым множество разнонаправленных стимулов, заставляя тело работать в максимально интенсивном режиме, каждую секунду создавая проблемную ситуацию, требующую немедленного решения. Часто дети при первой посадке на лошадь (или нескольких первых) бывают скованны, напряжены. Игры позволяют вспомнить, сопоставить знакомое с незнакомым, принять ситуацию как «полузнакомую» и, тем самым, войти без стрессов в новую ситуацию. Предложим варианты подобных игр.

- Проводится для маленьких всадников (2,5 и старше – в зависимости от уровня развития ребенка). Для них пестушки-потешки являются основными играми с элементами речи в этом возрасте. Инструктор садится на лошадь вместе с ребенком. Инструктор берет руки ребенка в свои, выполняя движения и проговаривая в такт слова: «Едем-едем, едем-едем, едем-едем на коне мы! Топ-топ, цок-цок! У лошадки круглый бок...» В такт словам инструктор хлопает руками ребенка по шее лошади. Хлопки могут производиться двумя руками, одной рукой, с одной стороны шеи лошади, с другой, с обеих... попеременно или вместе и т.д. Сигналом того, что ребенку нравится игра, помимо обычных – смеха, улыбки, может быть постепенное расслабление рук или общее снижение тонуса мышц, обращенный взгляд, очевидное прислушивание и другие малозаметные проявления интереса, внимания, пусть и на секунды, но для ребенка с особенностями развития это большой шаг.
- Игра может играться в группе. Лошадь идет шагом. В это время инструктор говорит: «Еле-еле, еле-еле, еле едем на коне мы...» Далее движение рысью: «А потом-потом-потом все бегом-бегом бегом! (два раза)». Коновод переводит лошадь в шаг: «Тише! Тише! Не скачите! Нам коня остановите!». Коновод останавливает лошадь. Инструктор говорит: «Раз-два! Раз-два! Не упали мы с коня! Да?».

Последняя фраза говорится на стоящей лошади. Затем инструктор спрашивает ребенка: «Поехали?». Как правило, ребенок активизируется от игры и пытается телом или звуком сообщить о своем желании продолжить движение и игру, либо другое свое мнение на этот счет. Игру можно повторить несколько раз. К ней можно обратиться как к зачинающему или завершающему элементу, в зависимости от замысла инструктора.

- Проводится для группы всадников в начале занятия. Всадники (оптимальная группа из трех) становятся лицом друг к другу. Инструктор распевным голосом говорит: «А где наш (имя всадника)?». Ребенок, показывая на себя: «Здесь, здесь, здесь!». Далее остальные: «А где наш (имя этого же ребенка)?». Хором: «Там, Там, Там!», показывая на ребенка. Ребенок в это время смотрит и слушает то, что поют остальные. Потом то же самое про других детей этой группы.

В пособии мы предлагаем отдельно рассмотреть игры, проводимые индивидуально. Но обращаем ваше внимание на то, что некоторые из игр могут проводиться также в группах от двух до пяти человек.

Игры на освоение пространства

Мы разделили эти игры на три блока: «Ладушки», «Мячики», «Городки». Первый блок игр подразумевает освоение пространства не дальше вытянутой руки, второй – на расстояние 2-3 метра, третий (баллистические игры) подразумевает использование двух предметов (*чем* целиться и *во что* целиться) и освоение пространства до пяти метров.

«Ладушки». Или игры без использования предметов (игрушек). Этот блок игр не требует специального оборудования и очень логично вписывается в жизнь ребенка: хлопать в ладошки – привычное, естественное действие для всех детей. Хлопать можно по руке инструктора, по лошади (и в терапевтических целях, и просто для удовольствия), в свои ладоши... Одной рукой, двумя, спереди или за спиной... В общем – места для фантазии много. Например:

- Протягиваете всаднику ладонь со словами: «Хлопни меня по ладошке». Если всадник сидит на лошади впервые (или один из первых раз), боится, держится руками за ручки (или седло), эта простая просьба может быть способом отвлечь его от страхов, это путь получения доверия всадника, налаживание общения. Для дальнейших этапов – это простейший путь освоения пространства, пространственного восприятия. Обычные хлопки по руке инструктора – способ предложить всаднику тянуться в разные стороны, переносить левую руку на правую сторону лошади и наоборот (освоение контрлатерального пространства), тянуться вперед и назад, хлопать по своим рукам и ногам (соматогнозис). Если всадник не может выполнить упражнение сам, то возьмите его руки в свои и выполните упражнение вместе с ним. При необходимости включите в занятие помощника. Не бойтесь пассивных упражнений – это прямой путь к будущим активным действиям.
- Упражнения на внимание. Инструктор говорит всаднику: «Хлопни левой рукой по моей правой руке» и т.д. в любом порядке. При этом можно стоять то справа, то слева от всадника. Можно предложить всаднику хлопнуть себя по коленке, по плечу, похлопать лошадь по шее, по крупу и т.д.
- Возможно, Вашему всаднику достаточно сложно будет хлопнуть несколько раз. Предложите всаднику хлопнуть два, три ... и больше раз, подскажите, как это делается. Для этого просто сделайте упражнение вместе с ним, а затем предложите ему повторить. Не забывайте сопровождать упражнения речевой инструкцией – чем больше сенсорных систем задействовано, тем лучше.
- Еще сложнее «отхлопать» какой-нибудь ритмический рисунок. С ритма начинается устная речь. Предложите всаднику отхлопать какой-нибудь стишок или песенку. Можно предложить всаднику самому выбрать этот стишок или песенку. Можно предложить угадать то, что «отхлопаете» Вы.
- Варианты со стихами и песенками (а также пестушки, потешки, скороговорки и пр.). Можно сопровождать голосом, а можно и угадывать по ритму – это зависит от возможностей и потребностей всадника. Можно сделать наоборот: всадник исполняет, а инструктор угадывает песню (или повторяет ритмический рисунок). Можно делать ошибки, с целью, чтобы их обнаружил всадник, указал на них, потом вместе исправить.

Игры и упражнения с использованием предметов (игрушек)

- **Мячики.** Мяч, как правило, уже ассоциируется с игрой. Помимо этого можно добавлять различные игровые элементы, направленные на расширение контактов с людьми. Это, в первую очередь, сам процесс игры (играют минимум два человека), плюс вербальное и невербальное общение, эмоциональный контакт.

Можно включать в занятия дополнительных участников: ребенок может кидать мяч маме, помощнику инструктора, другому ребенку (если это групповое занятие).

Очень может обогатить терапевтический и игровой эффект использование мячей различного размера, цвета, массы, формы, фактуры поверхности.

Мячи большого диаметра, положенные перед всадником на лошадь, могут использоваться как нестабильная (плавающая) опора для рук и корпуса, позволяющая исключить опору на лошадь и при этом поддерживать вертикальное положение и удерживать равновесие.

В некоторых случаях, например, при церебральных параличах, недостаточном тонусе, сколиозе и т.д. всаднику трудно удерживать и позу и равновесие. Высокая опора на большой мяч позволяет выпрямить спину, «вертикализовать» позу, что в свою очередь, позволяет работать мышцам спины.

Если всадник не может удерживать мяч самостоятельно, то ему помогает инструктор и/или помощник инструктора. Упражнение можно поначалу выполнять на неподвижно стоящей лошади, а потом на шагу. Если возникает такая потребность, то и на рыси. Удержание мячей различного диаметра одной или двумя руками, с опорой или без опоры на седло или лошадь, используется для стабилизации основной посадки и отработки равновесной реакции при нарушении координации. Использоваться могут в любом исходном положении. Движения могут быть как плавными, так и дискретными, с фиксацией в определенных точках.

Мячи можно удерживать в различном положении рук: вперед, в стороны, вверх... Одну вперед, другую – в сторону; одну – вверх, другую – в сторону... и т.д. Упражнение может выполняться на любых аллюрах, удерживать можно любые удобные предметы.

Интересным показался опыт работы с одним из пациентов (нарушение ментальной сферы, излишний вес, малая подвижность), когда ему было предложено удержать мяч двумя руками за спиной. На уровне поясницы и на уровне шеи. Упражнение выполнялось сначала на неподвижно стоящей лошади, а потом на шагу. Ребенку было непросто выполнить легкое, на первый взгляд, упражнение. Первое время он не мог удержать мяч, отведя руки за спину или за голову (обычно это упражнение используют как подготовительное для отработки броска мяча из-за головы). Появлялись такие реакции, как сильное напряжение мышц лица и тела по причине невозможности «раскрыться», т.е. сознательно пользоваться разгибательными мышцами – развернуться.

Для детей с нарушением координации, пространственного восприятия а также нарушениями представлений о схеме собственного тела (соматогнозис) - это очень непростая задача.

В процессе освоения упражнения ребенок развивает свои физические возможности, знание схемы тела, а так же осваивает пространство.

- **Игрушки.** Список предметов и игрушек, используемых на занятиях, бесконечен. Помимо уже упомянутых мячей, хорошо себя зарекомендовали кубики, кольца, обручи и т.д. Нередко игрушки приобретаются для конкретного всадника и решения конкретной задачи. Часто необходимы игрушки, которые издают звуки и игрушки, имеющие подсветку. Любые игрушки, которые нравятся всаднику и могут как-то его заинтересовать, можно использовать для того, чтобы инициировать активное движение. Можно попросить маму ребенка принести из дома его любимую игрушку.

Вот простой пример упражнения на внимание (его фиксацию и удержание). Показываем игрушку (например, зайца): «Вот твой зайчик! Смотри! Где он?». Когда ребенок увидел и показал, где зайчик, перемещаем зайца в любом направлении, например, на круп лошади. «А куда ускакал твой зайчик? Вот он!!!». Для удержания внимания перемещаем игрушку медленно, следим, чтобы ребенок ее удерживал в поле зрения. Для фиксации внимания и включения активного поиска резко прячем игрушку и предлагаем ее поискать.

Игрушки можно менять местами, давать всаднику различные задания на внимание, на сообразительность, на скорость...

- **Кольца.** Для занятий используются пластмассовые кольца разного цвета и размера (обычно их можно найти в игре «Кольцеброс».

  - Надевание колец на вертикальные стойки или на руку инструктора. Это развивает пространственные представления, координацию, внимание. Можно добавить компонент общего развития: включить в задание счет (первое кольцо, второе, третье ...), заучивание цветов (красное кольцо, синее, зеленое...), размеров (маленькое кольцо, большое...). Так же можно работать на развитие внимания и памяти: надеваем сначала красное кольцо, потом синее, сначала два кольца, потом – одно. Упражнение можно выполнять на неподвижной лошади и в движении на любых аллюрах.
  - Рука инструктора является «подвижной» стойкой. Если ребенок одевает на руку кольцо, не глядя, то просто отводите руку и говорите: «Не сюда. Посмотри, где рука?». Это так же развивает фиксацию на предмете, удержание его в поле зрения.
  - Много положительных эмоций вызывает одевание колец на уши лошади. Инструктор предлагает всаднику украсить лошадку. Все выше перечисленные задания здесь так же возможны, т.е. вариации со счетом, цветом, размером колец. Можно так же попросить повесить кольца в определенном порядке.
  - Для всадников с ограниченным движением ног можно использовать упражнение «удержи колечко на ноге». Одеваем на ногу всадника кольцо и просим его удержать как можно дольше, подняв носок ноги вверх.
- **Кубики.** Кубики можно использовать в заданиях-алгоритмах, состоящих из нескольких ступеней. Они развивают внимание, мышление, память. Например: «Привези мне сначала красный кубик, а потом – зеленый». При этом кубики находятся в разных сторонах манежа. Или еще: «Смотри. Здесь кто-то что-то напутал: мячи должны лежать в корзине, а кубики – в коробке. А где они лежат?». При этом мячики и кубики лежат в разных местах, инструктор «разбрасывает» их с учетом потребностей всадника. Количество шагов в алгоритме зависит от целей и задач данного упражнения и особенностей всадника.

Задания на внимание.

- «Вот тебе корзинка с разными предметами. Сейчас ты поедешь по кругу. На обочине будут стоять ведра. В синие ведра бросай только мячики, в красные – только кубики». Лошадь может вести коновод, а может и всадник сам ею управлять.
- «Возьми корзинку. В ней красные и желтые мячи. Если я поднимаю правую руку, то кидай мне красный мяч, если левую – то желтый».

Таких заданий можно придумать бесчисленное множество. Очень полезно предложить всаднику самому придумать задание, особенно если занятие проходит в группе.

«Городки». Или баллистические упражнения. Мяч можно и нужно бросать! Еще нужнее бросать мячи в цель. Эта группа игр потому и называется «Городки», что в основу их положен бросок в цель. Бросать можно все, что угодно, в зависимости от целей и задач занятия.

- Самое простое и, вероятно, самое первое задание: бросок мяча просто так, не в руки инструктора и не в цель. Многие всадники с различными нарушениями развития не могут бросить мяч. Добиться выполнения броска – это огромное достижение, шаг вперед.
- Броски по секторам. Инструктор, который бросает мяч, находится сначала у головы лошади, а затем постепенно переходит к хвосту, стимулируя тем самым всадника разворачивать корпус и удерживать взгляд. Это тренирует равновесие, координацию и пространственные представления. Нужно учиться ловить разные мячи одной и двумя руками. Постепенно можно усложнять задание, делать его на шагу, на рыси или даже на галопе.
- Для развития межполушарного взаимодействия полезно бросать мячики правой рукой налево, а левой – направо, это стимулирует развитие функций, связанных с речью.
- Полезно бросать мячи различной величины, массы, фактуры поверхности, формы, надувные и набивные. Всадникам с нарушением мелкой моторики полезны мячи, набитые горохом, гречкой, фасолью, макаронами, песком... Мяч не обязательно должен быть круглым.
- Бросать мячи можно инструктору, инструктору и помощнику, стоящим с разных сторон от лошади, можно включить в игру родителей. Броски можно проводить по очереди и одновременно. Можно одновременно бросать два мяча друг другу: инструктор – всаднику, а всадник – инструктору.
- Цель, в которую бросают мяч, может находиться на разной высоте и разном удалении от лошади, в зависимости от особенностей всадника. Можно бросать мяч в корзину (или в обруч), а можно сбивать им кегли (или другие предметы).
- Цель можно сбивать еще и палкой. Дети очень любят играть в рыцарей, поэтому сбивание палкой – «копьем» различных предметов можно обставить как рыцарский турнир. Очень полезно всадникам с нарушенной координацией, нарушением внимания (СДВГ), ЗППР.

Заметим, что нежелательно использовать в виде цели игрушки, изображающие людей и животных, и не кидать их.

Прочитав описание упражнений можно понять, что в каждом конкретном случае важны цели и задачи. Конкретные же детали игрового момента проявляются в каждой отдельной ситуации, с каждым ребенком одна и та же игра может проводиться по-разному.

Нет предела фантазии, поэтому экспериментируйте, изобретайте, пробуйте, выбирайте лучшее – и все получится!

Рекомендации по проведению групповых игр и их описание

Чтобы игра была эффективной, необходимо знать психологические и педагогические аспекты каждой игры, понимать, на что направлена игра, какие моменты необходимо учитывать.

Важно! Прежде, чем начинать проводить групповые игры, всадники должны научиться ездить в смене, т.е. соблюдать дистанцию, знать основные команды. Если они этого не могут, то ритм движения лошади, дистанцию должны контролировать коноводы. Всадники должны знать, как выполняются различные элементы выездки: вольт, налево-направо назад и т.д. Всадники должны знать, кто такой «головной», «замыкающий», «первый номер», «второй....». Все эти моменты играют немаловажную роль, позволяя провести игру четко и понятно для всадников.

И еще одно важное дополнение. Так как всадников на занятии несколько, то необходимо четко произносить имена всадников, к которым вы обращаетесь. Громко, с определенной интонацией произнесенное имя всадника является активизирующим моментом коммуникации.

Решая вопрос о целесообразности проведения игры, следует:

- учесть, как она вписывается в общий ход занятия;
- определить, в какой период занятия (в начале, в середине, в конце) ее лучше предложить;
- оценить, все ли участники игры смогут справиться с заданием и ощутить успешность своего участия;
- оценить и обеспечить безопасность данной игры в имеющихся условиях (например, не все игры можно проводить в маленьком манеже; нельзя использовать в игре тех лошадей, которые при приближении друг к другу дерутся, и т.д.).

Вы можете придумать к перечисленным ниже играм и их вариациям свои названия, более веселые или интригующие. В нижеприведенных названиях мы стремились отобразить суть игры.

“Приветствие”

Участвуют не менее 3-х всадников.

Игра направлена на развитие: навыков управления лошадью (умение правильно выполнить команды, сохранение дистанции), физических навыков (удержание равновесия во время езды, отведение руки[1]), коммуникативных навыков (взаимодействие, внимание друг к другу), эмоциональной сферы (способности удерживать контакт с группой, направляющей все внимание на двигающегося всадника).

Всадники движутся в смене ездой налево.

Головному дается команда: “Первый номер, НАЛЕВО-НАЗАД МАРШ!” Головной выполняет команду, остальные движутся в заданном ранее направлении. В процессе движения головной всадник делает полувольт налево и начинает двигаться навстречу всей смене. Все члены группы приветствуют рукой головного, а он приветствует каждого члена смены. Пройдя вдоль всей смены, он становится за последней лошадью, делая полувольт налево.

[1] Детей с двигательными нарушениями надо просить приветствовать той рукой, для которой движение наиболее затруднено.

Теперь головным оказывается всадник, изначально стоявший в смене вторым. По команде инструктора он повторяет действия своего предшественника.
Затем те же самые действия последовательно выполняют все участники группы. Приветствие закончено.

Игры с предметами

"Передай мяч"[2]

Участвуют не менее 4-х всадников.Мяч следует подобрать с учетом особенностей заболеваний участников группы[3].

Игра помогает развитию умений управлять лошадью, коммуникативных навыков, координацию движений, улучшает ориентацию в пространстве.

Перед началом игры ее условия объясняются всей группе. Затем они повторяются для первого всадника, которому дается мяч, и по мере необходимости - для каждого последующего всадника.

Смене дается команда: “СМЕНА, ВНИМАНИЕ, ЕЗДОЙ ВРОЗЬ, МАРШ!”.

Один из всадников получает в руки мяч.

Инструкция всаднику: “Возьми этот красивый мяч, посмотри на него. Ты можешь везти его, пока с кем-нибудь не встретишься. Когда встретишься с другим всадником – кинь или отдай (через помощника, если бросок невозможен) ему этот мячик”. Если всадник не захочет отдавать мяч другому всаднику, необходимо объяснить, что это игра, и что скоро кто-нибудь так же отдаст ему мяч, как сейчас это сделает он.

"Мяч, корзина и колокольчик”

Участвуют не менее 4-х всадников (количество участников должно быть четным).

Для игры необходимы: мячи разных размеров, цвета, фактуры (вместо мяча можно использовать мешочки с разными наполнителями – например, крупой или песком), стойка с корзиной, колокольчик.

Игра направлена на развитие коммуникативных навыков, тренировку внимания, эмоциональной сферы, физических навыков, ориентации в пространстве, скорости реакции.

Перед началом игры инструктор объясняет условия игры, показывает мячи, корзину и демонстрирует действия, которые нужно совершить (положить мяч в корзину, достать его из корзины).

В зависимости от степени умственного развития и физических возможностей всадника инструктор может упрощать или усложнять игру, помогая участникам добиваться успешного выполнения инструкции.

Возможны разные варианты игры.

Перед началом игры инструктор объясняет, как будет проходить игра, в чем ее смысл.

а). Первому и третьему всадникам в смене даются мячи.

[2] Игра должна проходить в просторном манеже или на плацу.
[3] Мяч может быть определенного размера или твердости; может быть рельефным по типу иппликатора, что обеспечит дополнительное стимулирующее воздействие на рецепторы кожи и активные точки рук. Так, детям со значительной спастикой пальцев рук трудно удержать твердый мяч, поэтому если в данной игре более важно взаимодействие между всадниками, то тренировкой руки по удержанию мяча в данный момент можно пренебречь.

Первый всадник, доезжая до корзины, кладет мяч в корзину и едет дальше. Всадник, следующий за ним, забирает этот мяч из корзины. Третий всадник кладет свой мяч в корзину, а четвертый его забирает.

После того как смена выполнила задание, и головной всадник приблизился к корзине, инструктор дает команду: "СМЕНА, НАЛЕВО (НАПРАВО) НАЗАД, МАРШ!" Смена меняет направление движения. Теперь четвертый всадник стал первым, третий - вторым и т.д. Игра продолжается по той же инструкции.

б). Всем всадникам раздаются мячи. Теперь кидать мячик в корзину можно только тому всаднику, который, проезжая мимо корзины, услышит звон колокольчика[4].

"Мячи".

Участвуют не менее 3-х всадников.Мячей по количеству на один меньше, чем всадников.

Игра направлена на развитие внимания, эмоциональной сферы, коммуникативных навыков, координации движений, освоение и переживание понятий "брать - давать - получать - отдавать".

Всем всадникам, кроме одного, раздаются мячи. Инструктор дает команду смене разъехаться в разные стороны.

Каждый всадник при встрече с другим всадником должен посмотреть, есть ли у того мяч. Если у встречного всадника нет в руках мяча, то имеющий мяч участник игры передает ему свой. Если мяч у встречного всадника есть, то обладатель мяча проезжает мимо него.

Вместо мячей могут быть разные по степени привлекательности игрушки. Это стимулирует всадников стараться организовать своё движение таким образом, чтобы получить именно желаемую игрушку.

"Найди ведро"

Участвуют не менее 3-х всадников. Игра проходит в манеже.Для проведения игры необходимо ведро.

Игра способствует установлению эмоционального контакта всадника с инструктором, развитию эмоциональной сферы, внимания, координации движений, скорости реакции, ориентации в пространстве, умения управлять лошадью.

В руках инструктора находится ведро, которое в восприятии всадника связано с уходом за лошадьми (однако в ряде случаев вместо ведра можно использовать другой яркий привлекательный предмет - мяч, игрушку).

Инструктор просит всадников разъехаться в разные стороны и следить, куда он поставит ведро. Затем ставит ведро, а сам отходит далеко в сторону. Теперь задача каждого участника группы - как можно быстрее подъехать к ведру.

Помощник поднимает ведро и дает его в руки подъехавшему быстрее всех всаднику. Всадник должен отвезти ведро инструктору.

Инструктор должен следить за тем, чтобы игра не затянулась, и рассчитать свои действия так, чтобы каждый участник побывал в роли привозящего ведро.

---

[4] Игра затруднена при наличии в группе слабослышащих всадников.

Игры и задания на пространственное ориентирование

Чтобы объяснить порядок выполнения этих заданий участникам смены, полезно провести игру сначала среди инструкторов. Представив себе подробно все этапы движения, инструктор без труда сможет объяснить и продемонстрировать их всадникам.

Иногда можно не давать всадникам всю инструкцию сразу, а объяснять шаги поэтапно.

Важно обращать внимание участников группы на то, в какую сторону и где (внутри, снаружи круга) движется каждый из них.

Понятия "первый", "в середине", "последний" имеют и психологическое значение. Ведь большинство всадников, как правило, хотят быть "первыми", т.е. успешными, поэтому мало кому хочется оказаться в смене последним.

Инструктор должен простыми словами объяснить участникам смены, что у тех, кто находится в ее конце, всегда есть ориентир, им видна перспектива. А головному, "первому", как бы ни был привлекателен этот образ, наиболее часто приходится рисковать, идти "вслепую", и не всегда поэтому такой всадник оказывается успешным.

"Приветствие"

Участвуют не менее 3-х всадников.

Задание направлено на развитие пространственных представлений (ощущения себя "внутри", "вне", "справа", "слева"), координации движений, эмоциональной сферы, навыков традиционного поведения и взаимодействия, умения управлять лошадью.

В самом начале занятия инструктор дает задание всадникам встать в смену и начать движение в одном направлении. Смена делает один-два круга шагом.

Когда все всадники освоились в седле, инструктор сообщает группе о том, что занятие началось и, как обычно в начале любого совместного дела, следует поприветствовать друг друга.

Затем инструктор объясняет, как будет проходить приветствие.

Первый (головной) всадник (называется его имя) по команде "НАПРАВО (налево – в зависимости от начального направления движения смены) НАЗАД, МАРШ!" должен поехать навстречу смене по внутреннему кругу.

Остальные всадники продолжают движение в изначально заданном направлении. Во время встречи первого всадника с остальными можно улыбнуться друг другу, помахать рукой.

Всадник, движущийся по внутреннему кругу, продолжает движение, снова встречается со сменой, которая движется по внешнему кругу.

В это время инструктор дает команду "НАПРАВО (или налево, как и в первом случае) НАЗАД, МАРШ!" следующему, второму всаднику смены, который теперь стал первым. Выполняя команду, этот всадник начинает двигаться вслед первому всаднику, уже идущему по внутреннему кругу. Смена приветствует и этого всадника. По внутреннему кругу теперь движутся двое.

Так повторяется со всеми всадниками.

В результате этих действий по внутреннему кругу в изначально заданном порядке должны двигаться все участники смены. Но теперь смена сменила направление движения на противоположное.

"Вольты".

Участвуют не менее 3-х или, лучше, 4-х всадников.

Задание направлено на развитие пространственных представлений и освоение понятий "направо", "налево", "круг", "первый", "в середине", "последний", коммуникативных и социальных навыков, умения управлять лошадью, соблюдать дистанцию.

Смена движется шагом в избранном направлении. Инструктор перечисляет, кто за кем едет, называет головного и замыкающего.

Инструктор объясняет всадникам особенности и преимущества движения в смене. Так, головному виден впереди только манеж, а если он захочет увидеть всех всадников, ему необходимо будет обернуться. Идущим в середине смены видны всадники, которые впереди, а тех, кто сзади, можно увидеть, только обернувшись. А замыкающему не нужно оборачиваться - он видит всех впереди себя.

Затем инструктор просит увеличить дистанцию примерно до двух корпусов лошади.

Головному всаднику дается команда: "ВНИМАНИЕ! ВОЛЬТ НАПРАВО (если смена движется ездой направо), МАРШ!" Головной выполняет вольт, пропуская следующих за ним второго и третьего всадников вперед, а сам становится перед четвертым. Таким образом, теперь головным становится всадник, бывший в смене вторым.

Далее инструктор дает команду сделать вольт разным всадникам, следя за тем, чтобы каждый из них поочередно побывал в роли головного, идущего в середине смены и замыкающего.

После перестроения можно обсудить роль и положение каждого всадника в смене на данный момент. Если всадник неспособен самостоятельно оценить или ответить, где в смене и каким по счету он оказался, за него это делает инструктор.

"Обгони!"

Участвуют не менее 3-х всадников.

Игра направлена на развитие навыка смены ритмов движения, коммуникативных, социальных навыков, физическое развитие.

В зависимости от степени подготовки всадников эту игру можно проводить двумя способами:

а) вся смена стоит, а один из всадников движется шагом;

б) вся смена стоит, а один из всадников движется рысью.

Инструктор объясняет смене, что сейчас ее участники будут играть в игру (или выполнять задание; формулировка зависит от возраста и особенностей всадников).

По команде инструктора "СМЕНА, СТОЙ!" смена останавливается.

Затем всадник, который находится последним в смене, получает команду "ВПЕРЕД ШАГОМ (РЫСЬЮ), МАРШ!" Он выезжает из смены, проезжает мимо нее вперед и становится в смену головным.

Затем всей смене дается команда "СМЕНА, ШАГОМ МАРШ!"

Через полкруга (если смена большая) или круг задание выполняет следующий всадник, оказавшийся в смене последним.

С каждым всадником хорошо проговорить его местоположение в смене, возможность обогнать других (а другим пропустить его, что тоже важно), стать в смене первым (головным) и вести за собой смену.

"Акробатика".

Участвуют не менее 3-х всадников.

Задание направлено на развитие координации движений, пространственных представлений ("вперед", "назад"), коммуникативной и эмоциональной сферы, взаимного приятия.

В начале этой игры проводится "разминка": всадникам предлагается на шагу достать руками до ушей лошади, до ее хвоста, правой рукой достать до левого колена (или стремени), левой рукой – до правого колена.

Далее смене дается команда "СМЕНА, СТОЙ!"

Инструктор в шутливой форме разъясняет последующий ход игры. Он сообщает, что ее участникам предстоит выполнить акробатический этюд, требующий ловкости и невероятных способностей. И сейчас всадник (инструктор называет имя) выполнит очень сложное задание. Остальным предлагается посмотреть, как здорово будет выполнено задание первым всадником, и затем повторить его "подвиг".

Затем инструктор подходит к всаднику, стоящему в смене последним, и просит его повернуться в седле задом наперед. В этом всаднику по мере необходимости помогает осуществляющий страховку помощник инструктора.

Далее инструктор дает коноводу, который водит лошадь всадника, выполняющего упражнение, команду "ВПЕРЕД ШАГОМ, МАРШ!" Всадник выезжает из смены, проезжает мимо нее по внутреннему кругу и становится в голову смены. У всадника при этом появляется возможность посмотреть в лицо своим товарищам, мимо которых он проезжает, и увидеть их реакцию.

Затем инструктор поздравляет всадника, успешно выполнившего задание, и предлагает всей смене поаплодировать акробату. После этого «акробат» возвращается в исходное положение в седле, т.е. лицом вперед.

Поочередно задание выполняют и все остальные всадники.

Применение компьютерных программ конной тематики для развития детей с особенностями развития, посещающих занятия иппотерапией

Общение с лошадью инициирует в ребенке переживание ярких и при этом полярных по своей окраске эмоций. Наслаждение и страх, интерес и тревога. Переживание этих эмоций продолжается и вне занятия и требует выхода. Самым естественным для детей способом отражения эмоций, как правило, является творчество. Дети рисуют, лепят лошадь, пишут стихи, рассматривают фото своих любимцев.

У многих детей с нарушением развития ресурс и творческий потенциал сильно снижены. Но эмоции, связанные с лошадьми, тем не менее, очень сильны.

Мой опыт работы с детьми с особенностями развития показал, что применение компьютерных игр конной тематики позволяют снизить уровень тревожности ребёнка в его общении с лошадью, а также повысить мотивацию к занятиям за столом, стимулировать развитие мышления.

Наблюдается, что у детей с нарушениями развития часто нарушено плоскостное (двухмерное) и объемное (трехмерное) восприятие изображения. Именно поэтому дети нередко не смотрят мультфильмы и фильмы, лишаясь тем самым положительных развивающих мышление и кругозор программ ТВ и видео.

Родители детей говорят о том, что ребенок не интересуется телевизором, но может с удовольствием слушать музыку, прислушиваться к звукам.

Мною были подобраны компьютерные игры конной тематики. Я выбрала простые, но наглядные игры трех типов, в зависимости от того, что ребенок может видеть и понимать в начале курса занятий.

1. Первый тип игр предназначен для детей, которым трудно проследить за быстродвижущимся по экрану объектом. Как показывают наблюдения за такими детьми, они не успевают следить за объектом и не понимают, что в этом интересного. Но статичные картинки узнают, показывают на них пальцем.

В этом случае мы играем в игру «Найди пару» (ребенку предъявляются парные картинки с изображением лошадок) или очень медленно двигаем по экрану картинку с изображением лошади или всадника – с той скоростью, с которой ребенок может отслеживать ее изображение. Со временем скорость передвижения картинок увеличивается до скорости, характерной для многих мультфильмов.

В таких играх используются плоскостные изображения, то есть, двухмерные. Здесь главный акцент сделан на отношениях – статика и движение, фигура и фон.

2. Второй тип игр используется в работе с детьми, которые интересуются двигающимся на экране изображением, но теряют интерес к статичным картинкам.

Это затрудняет работу с ребенком за столом (карточки, продуктивная деятельность). С такими детьми мы играем в те же игры, что в первом случае, но чередуем с ними игры и другой тематики, направленные на развитие мышления, которые обычно используют в своей работе дефектологи. Здесь игра конной тематики выступает как поощрение за правильно сделанные задания на другие темы.

С этими же детьми добавляем игру с трехмерным изображением, где всадник и лошадь выглядят как живые. В этой игре-симуляторе ландшафт реалистичен – проселочная дорога, море, горы или манеж. С помощью кнопок клавиатуры ребенок может двигать всадника, будто самого себя, и шагом, и рысью, и галопом, а также прыгать через препятствия. В этой же игре есть режим, который позволяет видеть то же, что видит в реальности всадник – т.е. только шею лошади, уши, затылок и часть морды.

Также помогает развивать интерес к статике игра, где ребенок может виртуально ухаживать за лошадью, украшать ее. Сама лошадь почти неподвижна, а сбрую или украшения можно передвигать по экрану.

3. Третий тип игр предназначен для тех детей, которые почти не смотрят на экран, могут даже не сидеть за компьютерным столом. Эти дети, тем не менее, как правило, хорошо слышат и любят слушать музыку. В таких случаях я сначала делаю акцент на звуках, которые есть в играх – ржание лошади, стук копыт о землю, фырканье. Со временем ребенок начинает «стрелять глазами» в сторону экрана, а ради того, чтобы услышать понравившийся ему звук, соглашается подойти, посмотреть на экран и нажать клавишу мыши.

И несколько слов о так называемом вреде компьютера.

Все мы наслышаны о вреде игромании, компьютерной зависимости. Как правило, в нее попадают дети, родители которых не имеют возможности или желания организовывать для ребенка досуг правильным образом. И ребенок долгое время предоставлен сам себе, хотя может делать и многое другое – играть в подвижные и настольные игры, заниматься рукоделием и т.п.

В случае с ребенком с ограниченными возможностями здоровья, у которого собственные ресурсы познания сильно снижены, мы стремимся за короткое время дать ему как можно больше, а также зацепиться за любой интерес ребенка, который мог бы направлять его по пути развития и адаптации к современной жизни. И в этом смысле компьютер обладает высокой притягательной силой.

От специалиста и родителя зависит выбор программ, а также количество времени, которое будет выделено для занятия на компьютере. Компьютер также может стать мощным средством поощрения за старание ребенка в быту и на других занятиях.

Заключение

Мы надеемся, что знакомство с некоторыми методиками проведения игр и упражнений при занятиях ЛВЕ специалистами Учреждения "Наш Солнечный Мир" окажется полезным для читателей. Каждая маленькая победа позволяет с оптимизмом смотреть в будущее. Для наших пациентов будет лучше, если мы вместе будем искать пути к таким победам.

В заключение, несколько слов о конных играх в традиционной народной культуре. Как правило, все они - не только вид отдыха и развлечения в седле, но и способ продемонстрировать свое мастерство - ловкость, силу, скорость реакции, а также артистизм, находчивость, чувство юмора. У разных народов и культур игры имеют свои особенности. Как правило, все участники конных игр выступают в национальных костюмах.

Наиболее зрелищными являются такие игры как, "Стойло" (по сигналу судьи всадники-участники игры должны занять "стойла", но стойл меньше, чем всадников), "Джим-хана" (эстафета с различными этапами-заданиями). Всеобщей симпатией пользуется игра "Догони девушку". Об этих и других играх можно прочитать во многих книгах, посвященных верховой езде. Очень популярны такие игры, как конное поло, цхенбурти, "султанчики" и др.

Приложение 1

Словарик

В словарике мы приводим разъяснение лишь некоторых особо важных и часто встречающихся понятий, предполагая наличие у читателей базовых знаний в области терминологии в верховой езде, иппологии, педагогики и психологии.

Иппотерапия (буквально: лечение лошадью) – метод оздоровления, а также физической и психической реабилитации и развития человека, при котором терапевтический эффект достигается за счет верховой езды и организованного определенным образом общения человека с лошадью.

Реабилитационный процесс включает в себя: собственно **иппотерапию** (как правило, в случае наиболее тяжелых нарушений), то есть когда человек ездит верхом, но сам не управляет лошадью, **лечебную верховую езду (ЛВЕ)**, когда всадник сам или с помощью коновода управляет лошадью, **инвалидный конный спорт, вольтижировку и драйвинг (управление повозкой), а также элементы ухода за лошадью** (кормление, чистку, пастьбу и др.).

Лечебная верховая езда - главное направление метода иппотерапии. Применяется для детей и взрослых с ограниченными возможностями вследствие инвалидности или проблем развития и для восстановления организма после перенесенных заболеваний и травм различной тяжести.

За рубежом метод иппотерапии начали развивать более пятидесяти лет назад, хотя благотворное воздействие на организм человека общения с лошадью и верховой езды отмечали еще античные медики. На территории бывшего СССР иппотерапию первыми начали использовать и развивать в Грузии более 30 лет назад.

В России иппотерапия, как метод реабилитации детей с проблемами развития, начала развиваться с 1991 г. в г. Москве, а затем и в других регионах.

В России создана Национальная Федерация лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта (НФ ЛВЕ и ИКС), объединяющая организации, применяющие иппотерапию, в России и Ближнем Зарубежье.

НФ ЛВЕ и ИКС является действительным членом Международной Федерации конного спорта для инвалидов.

Команды и понятия, используемые на занятиях ЛВЕ

Ниже приводятся только самые основные термины и их значение, так как предполагается, что наши читатели ознакомятся со специальной литературой более подробно.

(По книге Г.Л.Рибина, Н.Г.Свешникова "О русской школе верховой езды".- М: Светлана П, 1998):

Смена – построение нескольких всадников одного за другим с определенной, указанной тренером, дистанцией между ними ("пол-лошади" – всадник, сидя в седле совершенно прямо, через уши (между ушами) своей лошади видит репицу хвоста впереди идущей лошади; "одна лошадь", - всадник видит скакательный сустав впереди идущей лошади; "две лошади" – всадник видит венчик задних копыт впереди идущей лошади).

Первый всадник в смене называется **головным**. Последний – **замыкающим**. Каждому всаднику присваиваются номера по порядку: первый (он же головной), второй, третий и т.д. Движение в смене осуществляется под руководством инструктора или тренера. Для организации движения смены употребляются следующие команды.

Команды делятся на две части: предварительную и исполнительную. Первая указывает, что делать, произносится громко, четко, сжато (не растянуто) Вторая - также произносится громко, но растянуто, протяжно. Например: "По головному (номеру), дистанция одна (две) лошади, шагом – м-а-а-а-рш!" После команды "Смена (или всадник), стой!" команда "марш" не подается.

Команды могут исполняться "по головному", т.е. всей группой по очереди, за головным, или индивидуально каждым всадником.

Движение "ездой налево". У всадника левое плечо направлено внутрь (к центру) манежа или плаца.

Вольт – фигура выездки, выполняя которую, лошадь движется по кругу. Команда для выполнения этой фигуры будет звучать так: "вольт направо (налево) – марш". Повороты всегда исполняются внутрь манежа.

Команда **"Направо (налево), назад, марш!"** – служит для исполнения перемены направления и может выполняться как всей сменой сразу, так и каждым всадником поочередно вслед за головным с того места, где головного застала команда "марш", но в этом случае перед предварительной частью команды дается: "по головному".

"Перемена направления через середину манежа, марш!" – команда предназначена для изменения направления движения путем пересечения поля манежа через манеж под прямым углом от одной стенки до другой, как от "длинной", так и от "короткой".

Некоторые другие термины и понятия

Коммуникативные навыки – навыки общения, способность к обмену информацией между людьми.

Эмоциональная сфера – сфера психической жизни человека, включающая в себя эмоции, переживания, чувства, а также способность к их выражению, контролю.

Социальные навыки – навыки жизни в обществе – способность к самообслуживанию, общению, самообеспечению.

Реабилитация – комплекс мер, направленных на восстановление нарушенного здоровья.

Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), с особыми потребностями – термины, появившиеся в нашей стране сравнительно недавно. Понимаются как синонимы терминам "дети с особенностями развития". Ранее повсеместно употреблялось словосочетание "ребенок-инвалид". По этическим, гуманным и другим соображениям сейчас наблюдается уход от использования этого термина, что позволяет менять отношение общества к таким детям и их семьям на более позитивное.

Приложение 2

Некоторые правила техники безопасности, которые необходимо соблюдать во время проведения занятий ЛВЕ

Не подходи к корове спереди,
к лошади – сзади, а к дураку – со всех сторон.

Сокращенная версия

Общие положения:

1. Дети не должны находиться НА ТЕРРИТОРИИ КСК без присмотра взрослых (родителя/ей или инструктора), помните всегда, что мы тут не одни.
2. Подходя к лошади, обозначьте себя (голосом, жестом) – Вы не должны быть для нее неожиданностью, особенно, если идете с ребенком.
3. Обходить лошадь, когда идешь с ребенком, можно ТОЛЬКО со стороны ее головы.
4. Основной страхующий (помощник или инструктор) должен находиться на ВНУТРЕННЕЙ стороне манежа, то есть с той же стороны, что и коновод.
5. Все, кто работает с лошадьми, должны носить соответствующую обувь. *«На ваше усмотрение» здесь не подходит, т.к. если Вам наступит лошадь на ногу – Вы можете потерять контроль, начать визжать, выдавать разные комментарии к ситуации... а это не допустимо!!!*
6. Лошадь подбирается с учетом индивидуальных особенностей всадника (вес, темперамент, особенности нарушения).
7. Лошадь собирается (готовится) для занятия !!!ТОЛЬКО!!! в середине манежа (а не при входе в него, мешая всем остальным), либо на конюшне.
8. В перерывах между занятиями подпруги должны быть отпущены, стремена подобраны (или перекинуты через седло), лошадь должна видеть вход в манеж.
9. ВСЕГДА соблюдайте дистанцию в ДВА корпуса лошади (не менее). Помните, что впередиидущая группа всадников может внезапно остановиться.
10. Поднимать лошадь в рысь или в галоп перед другой лошадью ЗАПРЕЩЕНО. Нужно набрать дистанцию (или попросить освободить путь).
11. Останавливать лошадь по плану занятия ТОЛЬКО в середине манежа.
12. При экстренной остановке на стенке не начинайте движение параллельно с другими всадниками, дождитесь, пока Вас не обгонят.
13. Другие группы (в основном это касается коновода – инструктор занят ребенком) тоже должны быть внимательны: при остановке впередиидущих возможно, что лучше сделать вольт, чем просто обгонять – следите за ситуацией на манеже!!!
14. Выезд в центр манежа с целью закончить занятие НА РЫСИ (любым аллюром, кроме шага) ЗАПРЕЩЕН.
15. Дети на занятиях должны быть в шлеме (мягком или жестком, на усмотрение инструктора). Спортсменам и любым, ездящим без страховки, жесткий шлем обязателен. Шлем не одевается ТОЛЬКО!!! с согласия родителей (желательно, письменного).
16. Проведение занятий в отсутствие инструктора КАТЕГОРИЧЕСКИ запрещается. Кроме случаев, когда есть ЗАРАНЕЕ ОБЕСПЕЧЕННАЯ адекватная (равносильная по опыту и знающая план занятия) команда специалистов .
17. В манеже на корде может одновременно работать не более одной лошади. На плацу – сколько поместится при соблюдении дистанции.
18. Самостоятельно ездящие всадники ездят на лошади, на которой одета уздечка (а не недоуздок).
19. У всадников относительно самостоятельных (с коноводом, с коноводом и страхующим), повод крепится СТРОГО ЗА КАПСЮЛЬ ИЛИ НЕДОУЗДОК, чтобы коновод мог полностью контролировать лошадь.
20. При работе в седле и со стременами обязательно следующее:

- Обувь всадника должна быть на гладкой подошве, с каблуком;
- В противном случае стремена должны быть безопасными;
- Зарядка делается СТРОГО без стремян, ДАЖЕ НА СТОЯЩЕЙ ЛОШАДИ, ДАЖЕ ПРИ НАЛИЧИИ ОДНОГО ИЛИ БОЛЕЕ СТРАХУЮЩИХ.

21. КОНОВОД И ОСНОВНОЙ СТРАХУЮЩИЙ должны находиться на внутренней стороне манежа по ходу движения лошади.
22. ВСЕМ!!!! ВСЕМ!!! Не нависайте над лошадью в процессе кормления ее с ребенком!!! Она может резко махнуть головой!!! Кормим лошадь ТОЛЬКО спереди при обеспеченной страховке (или без оной – под ответственность инструктора). Но никак не с боку и НЕ С СЕДЛА!!!
23. Всегда помните, что лошадь – ЖИВОЕ существо и по природе своей ПУГЛИВОЕ. ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ во время занятий на ее НАСТРОЕНИЕ, прислушивайтесь к ее желаниям. Если их понимать и учитывать, то всегда можно и лошадь не обидеть, и занятие хорошо провести.

Для инструктора:

1. Инструктор отвечает за безопасность занятия в целом, поэтому должен обладать необходимыми навыками верховой езды, знанием (хотя бы поверхностным) анатомии и физиологии лошадей и особенностей поведения каждой из лошадей, использующихся в ЛВЕ.
2. Инструктор обязан прибыть на занятие минимум за 5 минут до начала и убедиться в возможности его проведения, а именно:
   - Лошадь здорова и отработана, либо имеется возможность ее замены;
   - Присутствуют коновод и помощник;
   - В наличии необходимое снаряжение.
3. Инструктор обязан, при первом занятии ознакомить родителей, или иных лиц представляющих интересы ребенка, с правилами поведения на территории базы (КСК), конюшни и в манеже, а так же правилами по технике безопасности и с ДОПУСТИМЫМ угощением для лошади
4. Инструктор обязан ЗАРАНЕЕ сообщить помощнику и/или коноводу КАК ИМЕННО должна быть собрана лошадь для занятия.
5. Инструктор обязан по возможности предупредить коновода о своем предполагаемом нестандартном для текущей ситуации действии любым доступным способом и произвести его, лишь убедившись в однозначном понимании последним оного.

Для коновода:

1. Коновод ПОЛНОСТЬЮ отвечает за лошадь.
2. Коновод должен быть внимателен, знать лошадь, предугадывать ее поведение. Жесткое наказание лошади во время занятия не допускается.
3. Во время движения лошади коновод находится СТРОГО на внутренней стороне манежа.
4. Коновод должен ВНИМАТЕЛЬНО следить за ДИСТАНЦИЕЙ и СИТУАЦИЕЙ НА МАНЕЖЕ в целом.
5. Коновод обязан ГРОМКО предупреждать инструктора или помощника о нестандартной ситуации.
6. О маневрах своей команды коновод (или инструктор) должен ГРОМКО оповещать другие команды (движение рысью, повороты, остановки и т.п.)
7. Коновод обязан сообщать инструктору о ситуации на манеже, т.к. инструктор занят ребенком и не может ее отследить.
8. Во время кормления ребенком лошади коновод ДЕРЖИТ лошадь, как на занятии, т.е. контролирует ее полностью.

Форсмажор:

1. Любой член команды должен громко сообщить другим командам о нестандартной ситуации.
2. В первую очередь надо попытаться НЕ снимать ребенка, чтобы у лошади эта ситуация НЕ ЗАКРЕПИЛАСЬ, но если выхода нет...
3. Тот страхующий, который находится с внутренней стороны, снимает ребенка.
4. Помощник (тот, кто с внешней стороны) помогает передать ребенка инструктору, а потом отходит ПО НАПРАВЛЕНИЮ ДВИЖЕНИЯ лошади, т.е. ВПЕРЕД!!! Потом присоединяется к инструктору с ребенком.
5. Коновод должен успокоить лошадь или отвести в безопасное место.
6. При глобальном форсмажоре *(упавший на плац вертолет, рухнувшая крыша, сбежавший с корды неуправляемый жеребец и т.п.)* с лошадей снимаются все дети и уводятся на безопасную территорию. За состояние лошадей отвечают коноводы.